

Stai bene

2,50 €

STRESS

SCOPRI A CHE LIVELLO SEI E COME SCENDERE A ZERO

Scolpire i glutei senza ingrassare le cosce si può!

Grrrrrr

LE SOLUZIONI PER SMETTERE DI DIGRIGNARE I DENTI

ARRIVANO I FORNELLI SOLARI

SESSO

Perché oggi ce lo dimentichiamo

Metodo Mizoguchi

In 3 minuti ti sblocchi e cambi postura

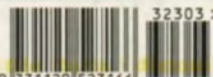
PELLE GRASSA

Il make up per risplendere senza luccicare

I SEGRETI DELLE MAGRE

Dormire bene, mangiare la pasta, pensare positivo. Lo avresti mai detto?

Stile Italia Edizioni



9 771120 527166

4 idee a tutto benessere

di Gerardo Antonelli



LA CREMA CHE PROTEGGE LE MANI

Indicata per difendere le pelli sensibili e particolarmente secche da vento e freddo, **Rilastil Xerolact Crema Mani** (3,90 €, 30 ml) presenta fra i suoi ingredienti burro di karité ed estratto secco di schisandra chinensis, che partecipano alla formazione di una pellicola in grado di proteggere la cute, idratarla e ripararla.



LE CAPSULE CONTRO VAMPATE & CO.

Studiato per le donne in menopausa, **Menovamp Cimicifuga di Aboca** (27 €, 60 capsule) sfrutta "l'erba delle donne" per contrastare le vampate di calore, mentre la salvia interviene sulla sudorazione eccessiva e favorisce il benessere delle ossa. Completano la formula il biancospino, per sostenere la circolazione, e la passiflora, che agevola il relax.

LE COMPRESSE PER LA PRESSIONE E IL COLESTEROLO

Grazie all'azione dei semi di Baobab, **Omegaformula di Guna** (26,40 €, 30 pastiglie), contribuisce a mantenere nella norma i livelli della pressione arteriosa, mentre l'estratto di borragine interviene su quelli del colesterolo. Nel suo ricco pool di sostanze spicca anche il Momast[®], composto ottenuto da olive pugliesi bio che aiuta a proteggere dallo stress ossidativo dei grassi nel sangue.



L'INTEGRATORE VERSATILE

Utile per supportare la funzionalità di ossa e articolazioni, **Bone Promoter D3 di Biomolecular Diagnostic** (16,94 €, 180 compresse) dà anche una mano nella gestione delle malattie della pelle (come psoriasi e dermatite atopica) e del morbo di Crohn. Inoltre, fornisce un sostegno extra per mantenere la mente lucida ed efficiente.

